



La Soledat a Barcelona en el marc d'Europa

Sumari:

Sumari:.....	2
Diagnosi la Soledat a la ciutat de Barcelona	4
La Soledat a la ciutat de Barcelona	5
01 · Viure sola o sol a Barcelona.....	7
02· La soledat a Barcelona	9
Annex · Resum visual de dades	18
Incidència de la covid-19 a Barcelona	20
Selecció de bones pràctiques i soledat de l'Ajuntament de Barcelona	23
La Soledat a Europa	27
Diagnosi: la soledat a Europa	28
El cas del Regne Unit	29
Viure sol o sola a Europa	30
Relacions socials a Europa	34
Conclusions	39

Crèdits: La Soledat a Barcelona

Elaboració i redacció

Departament de Recerca i Coneixement. Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI

Amb la col·laboració de l'Institut d'Estudis Regionals i Metropolitans de Barcelona (IERMB)

Edició

Observatori de la Soledat. Direcció de Serveis d'Infància, Joventut i Persones Grans. Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI

Barcelona, febrer de 2020

Crèdits: La incidència de al covid-19 a Barcelona. Selecció de bones pràctiques i soledat a l'Ajuntament de Barcelona. La Soledat a Europa.

Elaboració, redacció i edició

Direcció de Serveis d'Infància, Joventut i Persones Grans. Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI.

LaGroc Solutions.

Barcelona, juliol de 2020



Diagnosi la Soledat a la ciutat de Barcelona

La Soledat a la ciutat de Barcelona

La **inclusió social** i la **qualitat de vida** dels individus **depèn en gran mesura del suport i els vincles socials** que desenvolupen al llarg de la seva vida. Infants, joves, adults i gent gran tenen la necessitat d'establir relacions amb altres persones i de pertànyer a una xarxa relacional (ja sigui amb familiars, amics, una comunitat, etcètera) per establir certs nivells de benestar personal i social. En aquest sentit, la **soledat es presenta com una qüestió que minva aquest benestar i que afecta les persones de maneres diferents**. Es tracta d'un fenomen universal, però els antecedents varien, en gran mesura, en funció de determinants personals i contextuals (De Jong Gierveld *et al.*, 2006).¹

Tot i que els termes “**soledat**” i “**solitud**” s'utilitzen sovint com a sinònims, la solitud es refereix més aviat al fet objectiu d'estar o de viure sol/a. La solitud pot implicar soledat, però no necessàriament. Hi ha persones que poden viure soles i no sentir-se soles. D'altra banda, les persones poden sentir-se soles, malgrat estar rodejades de gent o convivint amb altres persones.

Es considera que pateixen soledat les persones que se senten abandonades, o que troben a faltar companyia, o que no tenen prou persones a qui poder recórrer en cas de necessitat o en qui poder confiar plenament. Podem definir la **soledat**, doncs, com un **desajust entre la quantitat i la qualitat de les relacions socials que tenim i les que voldríem**, i està lligada a moments de transició vital.

Hi ha alguns factors que incrementen el risc de patir soledat. Alguns d'aquests factors són comuns i es poden esdevenir en qualsevol moment del cicle vital. D'altres són específics d'algunes etapes de la vida. A la infància i adolescència, la soledat pot esdevenir per manca de companys per fer activitats, per rebuig dels companys, si es pateixen situacions d'assetjament escolar (*bullying*), discriminació, canvis de domicili, pèrdues de dol, etcètera. A l'etapa adulta i a la vellesa es poden produir

La **soledat** és un sentiment subjectiu i poc desitjat de falta o pèrdua de companyonia

Els **factors** que incrementen el risc de patir soledat poden ser comuns a **totes les etapes del cicle vital o específics**

¹ De Jong Gierveld, J; Van Tilburg, T.G., i Dykstra, P.A. (2006) “Loneliness and social isolation”. A: Vangelisti, A.; Perlman, D. (eds). *Cambridge handbook of personal relationships*. Cambridge University Press, Cambridge, pàg. 485-500.

també per múltiples motius com ara viure sol/a, perdre la feina o canviar-la, tenir xarxes relacionals baixes o de cura en el cas de dependència funcional, etcètera.

En aquest document es presenta un avançament de les dades sobre la soledat a la ciutat de Barcelona. No es tracta d'una diagnosi completa, ja que hi ha una certa manca d'indicadors per poder mesurar de manera més exhaustiva i àmplia l'abast de la problemàtica a la ciutat. Tanmateix, actualment hi ha alguns indicadors associats al concepte de *soledat* que donen alguns indicis sobre la importància de la problemàtica i la incidència, especialment en alguns col·lectius concrets, com ara la gent gran. Es tracta, doncs, d'una primera anàlisi de l'abast de la problemàtica, les característiques dels col·lectius que la pateixen i les causes que hi estan associades.

01 · Viure sola o sol a Barcelona

Un dels factors que més s'acostuma a relacionar amb la soledat (sentiment) és el fet de viure sol/a (forma de convivència). Les persones que viuen soles tenen més probabilitat d'experimentar situacions de soledat, especialment en els perfils que es troben en aquesta forma de convivència de manera sobrevinguda (no volguda). Es tracta d'una dimensió diferent de la soledat, que pot comportar alguns riscos socials especialment punyents en persones grans. **Les persones que viuen soles i mantenen baixos o nuls nivells de suport social o de xarxes relacionals poden caure en una situació d'aïllament extrem que els pot provocar un nivell elevat d'invisibilitat.**²

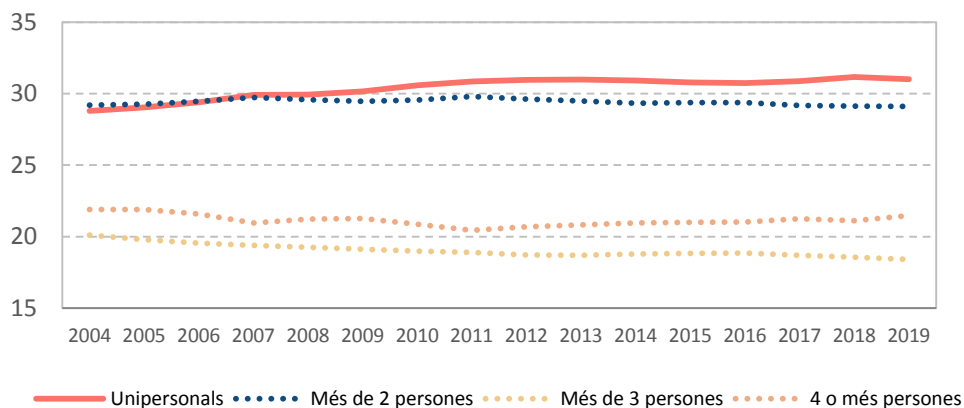
La manca de suport social pot causar una situació d'aïllament extrem i invisibilitat

Les dinàmiques poblacionals dels darrers anys a la ciutat de Barcelona estan comportant que cada vegada hi hagi més persones que viuen soles. A la ciutat de Barcelona les llars unipersonals han anat a l'alça, ja que han passat de 181.546 llars al 2004 fins a les 205.539 llars al 2019 (increment del 13% en 15 anys).³ Això ha comportat que actualment el 31% de les llars siguin llars unipersonals (actualment, aquest és el tipus de llar més freqüent).

² Una de les situacions més extremes que mostren aquesta condició d'aïllament total són els registres dels Bombers de Barcelona sobre el nombre de vegades que obren les portes de domicilis i es troben una persona morta. Les dades d'aquests registres mostren cert increment en els darrers anys (l'any 2008 es van trobar 108 persones mortes soles dins del seu habitatge, i el 2019, 141), i el perfil més nombrós és el de més grans de 60 anys (més del 70%) i amb més prevalença en els homes.

³ Dades del padró municipal d'habitants (Ajuntament de Barcelona. Departament d'Estadística i Difusió de Dades).

Gràfic 1 · Evolució del tipus de llar segons nombre de persones. Barcelona 2004-2019 (expressat en percentatges)

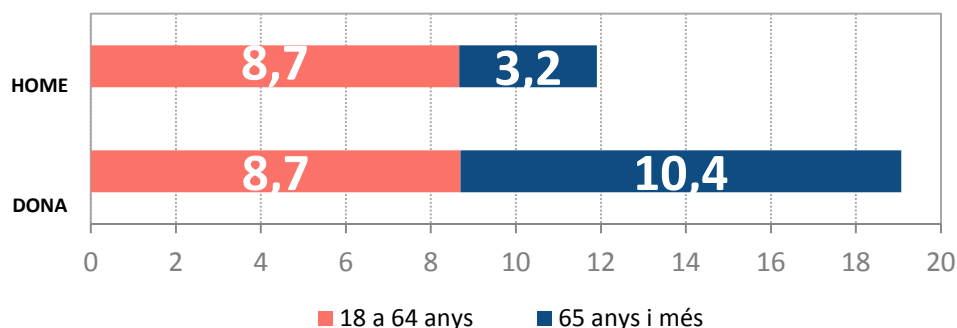


Font: Elaboració pròpia a partir de les dades del Departament d'Estadística i Difusió de Dades.

El perfil de les llars unipersonals no és homogeni, però cada cop més estan formades per persones de més edat, especialment dones. Segons les dades del padró municipal d'habitants, el 10,4% de les llars a Barcelona estan compostes per dones de 65 i més anys que viuen soles. Aquesta proporció triplica el percentatge dels homes de 65 i més anys. Tanmateix, la proporció més gran de persones que viuen soles continua sent de la franja de 18 a 64 anys, que suposen el 17,4% de les llars a Barcelona (amb la mateixa distribució segons sexe). Des d'una perspectiva de gènere, aquestes dades mostren que el 19,1% de les llars a Barcelona estan compostes per dones que viuen soles, mentre que l'11,9% serien llars amb homes sols.

De les llars unipersonals a Barcelona, el 19,1% són dones que viuen soles i el 11,9% són homes sols

Gràfic 2 · Perfil de les llars unipersonals (% respecte del total de les llars a la ciutat de Barcelona). Barcelona, 2019



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades del Departament d'Estadística i Difusió de Dades.

02. La soledat a Barcelona

La soledat és un concepte que es pot mesurar de diferents maneres. Es pot fer una aproximació d'aquest sentiment de manera concreta o analitzar-lo mitjançant diferents indicadors que hi estiguin relacionats. Es pot mesurar la soledat de manera directa (per exemple, persones que declaren que se senten soles) o indirecta (per exemple, persones amb baix suport social subjectiu/objectiu, que se senten excloses, manca de companyia, no tenen persones amb qui parlar de certs temes, etcètera). **En els darrers anys han proliferat diferents enquestes que introdueixen aquests tipus d'aproximacions, especialment als països anglosaxons.** Algunes d'aquestes fórmules per capturar el concepte de soledat s'han validat de manera rigorosa i permeten mesurar i analitzar de forma sòlida aquesta dimensió.⁴ Diferents estudis alerten de l'enorme variabilitat dels resultats que es poden donar en l'anàlisi de la soledat segons els indicadors que s'utilitzin. Per aquest motiu és important tendir a utilitzar indicadors validats i comuns en l'anàlisi dels diferents perfils sociodemogràfics.

En el cas de la ciutat de Barcelona, es disposa principalment de dades d'indicadors indirectes de soledat que permeten fer una aproximació amb certes limitacions. Per exemple, les dades d'algunes de les enquestes realitzades fins a l'actualitat permeten analitzar alguns dels indicadors relacionats amb el sentiment de soledat, però principalment de persones de més edat (65 i més anys). Al mateix temps, no es disposa d'indicadors de soledat directes de cap dels perfils poblacionals⁵. Per aquest motiu, no és possible realitzar un diagnòstic complet sobre la situació de soledat de manera exhaustiva dels diferents perfils poblacionals a la ciutat de Barcelona. Tot i aquestes limitacions, a continuació es presenten les principals dades disponibles sobre els indicadors indirectes de soledat segons els perfils i factors associats en què s'han focalitzat les diferents enquestes que han tractat alguna de les dimensions d'aquest fenomen.

La soledat es pot mesurar directa o indirectament.

En els darrers anys proliferen les enquestes que la contemplem

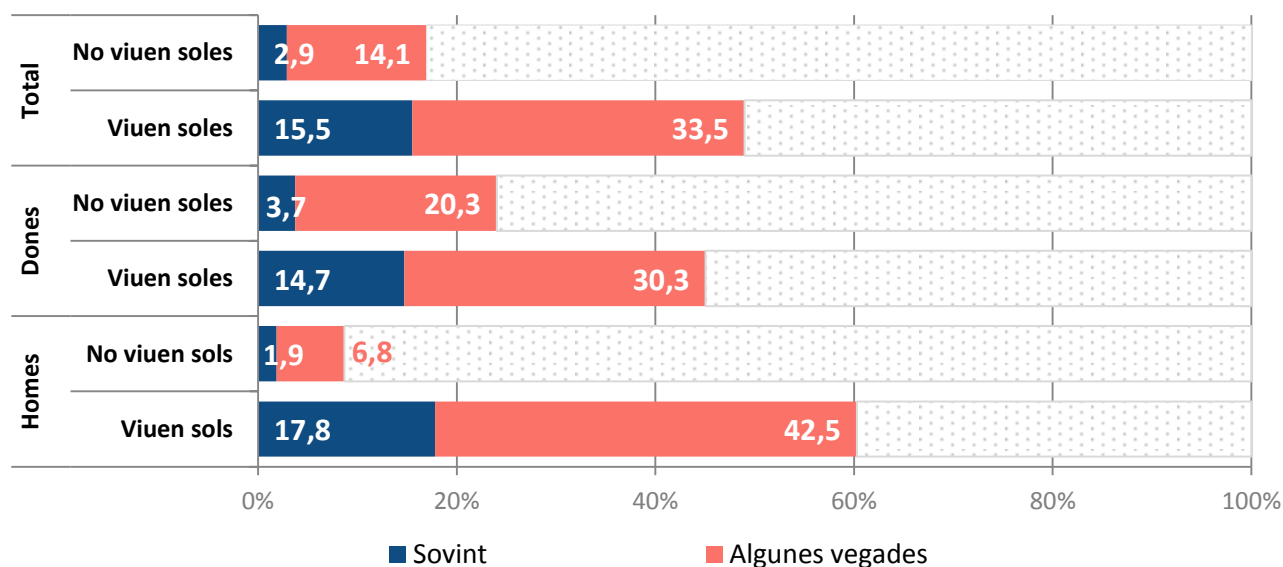
La solitud dels homes, amb menys xarxes relacionals que les dones, està associada a una major soledat

⁴ Vegeu, per exemple, les escales Jong Gierveld o l'escala UCLA-3 de soledat.

⁵ Algunes recerques realitzades a nivell espanyol, com l'estudi *Soledad y riesgo de aislamiento en las personas mayores*, publicat per la Fundació La Caixa, proporciona dades segons grups d'edat. El 35% de les persones entre 20 i 39 anys se senten soles; aquest percentatge augmenta amb l'edat fins arribar al 48% en persones de 80 o més anys.

Una de les principals enquestes que en aquests moments proporciona indicadors associats al concepte de soledat és l'**Enquesta de Salut de Barcelona**, tot i que només sobre persones de 65 i més anys. Segons les dades de la darrera edició (2016), el 25% de les persones de 65 i més anys indiquen que en els darrers 12 mesos ha sentit que li falta companyia. Tal com es pot veure en el gràfic següent, la intensitat d'aquest sentiment i la prevalença és superior en les dones i les persones que viuen soles. Tanmateix, entre els homes que viuen sols (perfil menys freqüent) hi ha una proporció més elevada de manca de companyia en comparació amb les dones que viuen soles. Les dones de 65 i més anys que no viuen soles se senten menys acompanyades que els homes que no viuen sols, i els homes que no conviuen amb ningú se senten menys acompanyats que les dones en la mateixa situació de convivència. Aquestes dades apunten que **la solitud en els homes està més associada al sentiment de soledat que en les dones**. Una possible hipòtesi podria ser que els homes tenen una xarxa relacional més reduïda en comparació amb les dones.

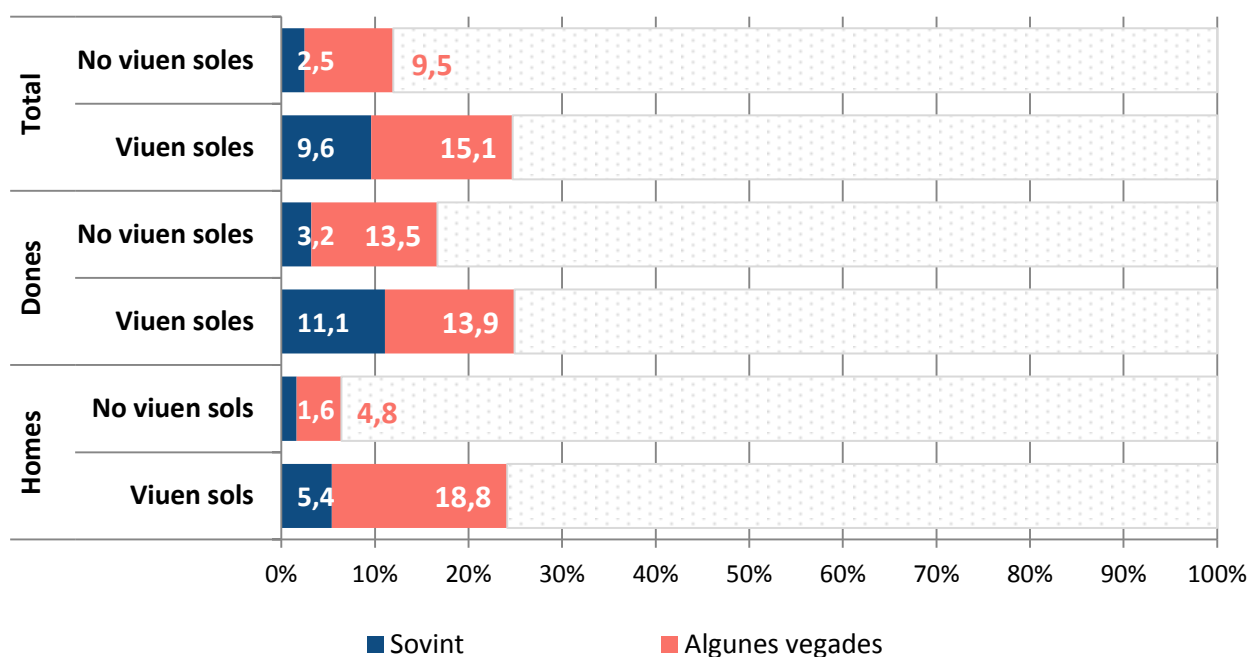
Gràfic 3 · Persones de 65 o més anys que senten que els falta companyia en els darrers 12 mesos. Barcelona, 2016



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades de l'Enquesta de Salut de Barcelona, 2016

Segons la mateixa enquesta, el 15,1% de les persones de 65 i més anys s'han sentit excloses del que passa al seu entorn alguna vegada. Les dades d'aquest indicador també mostren diferències entre viure o no amb altres persones o segons sexe. Les dones d'aquesta franja d'edat se senten més excloses que els homes, tant si viuen soles com en companyia.

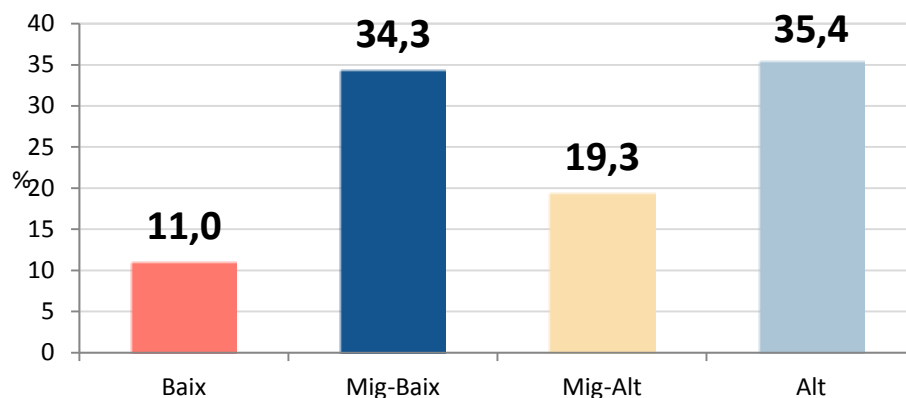
Gràfic 4 · Persones de 65 o més anys que se senten excloses del que passa al seu entorn. Barcelona, 2016



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades de l'Enquesta de Salut de Barcelona, 2016.





Alguns dels factors que estan associats a estar tant en una situació de solitud com en situació de soledat és tenir algun grau de dependència. **Les persones en situació de dependència funcional solen viure situacions d'exclusió social més elevades que la població general.** Segons les dades de l'Enquesta a persones en situació de dependència funcional (EPSD) a Barcelona (2018), el 25% de les persones en situació de dependència funcional (majoritàriament de més de 55 anys) viuen soles, i el 11% tenen un nivell baix de suport social. Les persones amb rendes més baixes, menys grau de dependència, nivells inferiors d'estudis i que conviuen en barris amb rendes més baixes solen presentar nivells més baixos de suport social.

Gràfic 5 · Percentatge de persones en situació de dependència funcional (55 i més anys) segons el nivell de suport social (escala Duke-UNC). 2018.



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades l'Enquesta a persones en situació de dependència funcional de Barcelona 2018.

Taula 1 · Percentatge de persones en situació de dependència funcional (55 i més anys) segons el nivell de suport social (escala Duke-UNC) i altres. 2018.

		Baix	Mig-Baix	Mig-Alt	Alt
Total		11,0	34,3	19,3	35,4
TIPOLOGIA SAD/CNP					
	SAD	16,4	38,2	19,4	26,0
	CNP	4,2	29,3	19,2	47,3
BARRIS SEGONS RENDES					
	Rendes Baixes	10,9	31,9	17,9	39,2
	Rendes Altes	11,3	38,7	22,0	28,0
QUARTIL D'INGRESSOS DE LA LLAR					
	Quartil I	15,0	33,1	24,4	27,6
	Quartil II	11,5	36,7	18,0	33,8
	Quartil III	10,3	30,9	13,2	45,6
	Quartil IV	8,6	35,2	22,7	33,6
GRAU DE DEPENDÈNCIA					
	Grau I	13,5	31,4	21,8	33,2
	Grau II	8,9	27,8	16,7	46,7
	Grau III	6,2	50,8	16,9	26,2

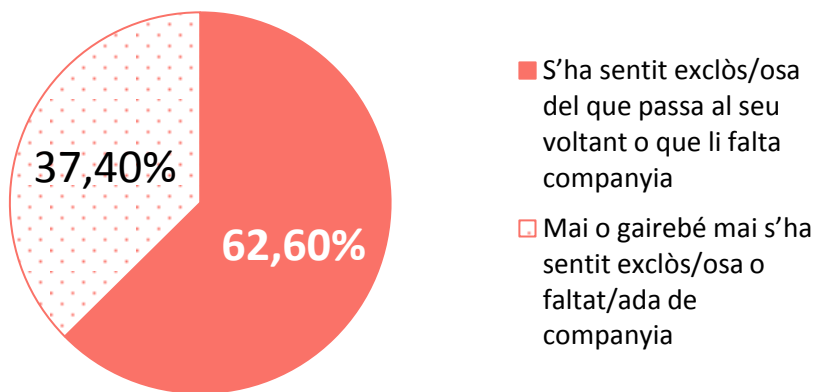
Nota: SAD: dependent amb servei d'atenció domiciliària; CNP: amb cuidador no professional.

Font: Elaboració pròpia a partir de les dades l'Enquesta a persones en situació de dependència funcional de Barcelona 2018.

Aquesta mateixa enquesta ens mostra fins a quin punt les persones en situació de dependència funcional són un col·lectiu altament vulnerable en relació amb la soledat. El 62,6% de les persones en situació de

dependència funcional de 55 i més anys s'han sentit excloses o que els faltava companyia en els darrers 12 mesos. Tot i que amb aquests indicadors no s'aprecia la intensitat de la manca de companyia i de sentir-se exclòs/osa, aquest percentatge és substancialment superior al que mostren les dades de la gent de més edat de l'Enquesta de Salut de Barcelona.

Gràfic 6 · Percentatge de persones en situació de dependència funcional (55 i més anys) que senten que els falta companyia o s'han sentit excloses en els darrers 12 mesos. Barcelona, 2018



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades l'Enquesta a persones en situació de dependència funcional de Barcelona 2018.

Alguns estudis determinen com a soledat severa la que senten les persones que o bé no tenen amistats, familiars o persones properes, o si en tenen no les arriben a veure ni a contactar-hi com a mínim un cop al mes. Segons les dades de l'ESPD, **el 5% de les persones en situació de dependència funcional de 55 o més anys estarien en situació de soledat severa.**

Les enquestes tenen la potencialitat de proporcionar dades de mostres representatives de la població, però no s'ha de menystenir la informació provinent dels registres municipals. En alguns casos també proporcionen dades sobre indicadors associats a la soledat. Les dades del servei de teleassistència permeten analitzar alguns dels factors associats al suport social, la xarxa relacional i els contactes amb altres persones. Les dades d'aquests usuaris concorden amb resultats anteriors sobre el fet que hi ha més prevalença de situacions de menys suport o de xarxa relacional en les persones que viuen soles que les que no ho estan (tot i que les diferències no són tan substancials com es podria esperar).

**El 5% de les
persones en
situació de
dependència
funcional de +55
anys pateixen
soledat severa**

Taula 2 · Percentatge de persones usuàries del servei de teleassistència que tenen un nivell baix d'indicadors relacionats amb la xarxa relacional i els suports socials segons diverses característiques. Barcelona, 2019

	Rep visites i/o trucades	Valoració del suport que rep	Persones entorn proper
	<i>Esporàdicament o mai</i>	<i>Negatiu</i>	<i>Molt baix o nul</i>
Total	2,03	11,7	10,8
VIU SOL/A			
No	1,5	9,1	9,1
Sí	2,6	14,5	12,6
SEXE			
Dona	1,8	11,9	11,0
Home	2,6	11,2	10,5
GRUPS D'EDAT			
< 60 anys	3,8	20,8	14,5
60 a 69	3,9	24,0	15,6
70 a 79	2,2	14,2	10,5
80 o més anys	1,8	10,0	10,6
DISTRICTE			
Ciutat Vella	4,4	17,6	20,3
Eixample	1,7	10,9	11,4
Gràcia	2,7	13,1	12,1
Horta Guinardó	2,0	11,9	15,4
Les Corts	2,2	8,7	7,4

Nou Barris	1,7	12,2	8,1
Sant Andreu	2,6	12,5	10,0
Sant Martí	1,8	11,2	10,1
Sants Montjuïc	1,8	12,1	8,7
Sarrià Sant Gervasi	1,3	8,7	8,4

Nota: Les preguntes dels indicadors són: a) Amb quina periodicitat rep visites o trucades? (Diàriament, Setmanalment, Mensualment, Esporàdicament, Mai); b) Com valora el suport que rep del seu entorn? (Tant com desitjo; Gairebé tant com desitjo, No tant com desitjo, Menys del que desitjo, Molt menys del que desitjo); c) Quin és el nombre de persones que formen part del seu entorn més proper, que es preocupen i s'interessen per vostè? (> 5 persones, 2-5 persones; Una, Ningú).

Font: Elaboració pròpia a partir de les dades del servei de Teleassistència de Barcelona 2019.

Les dades mostren també que els homes tenen menys suport social i relacional que les dones, sobretot en els individus de més edat. També és significativa la diferència entre els usuaris del servei de teleassistència per districtes de Barcelona. Ciutat Vella destaca com el territori que té més concentració d'usuaris del servei amb menys suport social i relacional que la resta, mentre que Les Corts i Sarrià - Sant Gervasi destacarien per tenir la menor proporció d'usuaris en situació de baix nivell de suport social i relacional. Aquestes dades indiquen la més que probable associació de les característiques socioeconòmiques (que es concentren en barris de manera més o menys homogènia) amb el suport social i la xarxa relacional.

Tal com s'ha senyalat prèviament, la majoria de dades disponibles per analitzar el fenomen de la soledat a Barcelona estan focalitzades a persones d'edat més avançada. Són poques les enquestes que tenen aquestes dimensions per a altres col·lectius de menys edat, si bé alguns estudis han mostrat la pertinència d'incloure'ls en l'anàlisi.⁶ Tanmateix, es disposa d'algunes dades de col·lectius més joves que poden mostrar alguns indicis associats a la soledat a la ciutat. Per exemple, **el 13,2% dels infants de 10 a 12 anys a Barcelona no estarien del tot d'acord que hi hagi**

El 13,2% d'infants de 10 a 12 anys de Barcelona no estarien del tot d'acord que hi hagi algú de la seva família se'n preocupa

El 6% de l'alumnat de 13 a 19 anys diu que no té cap bon amic o amiga

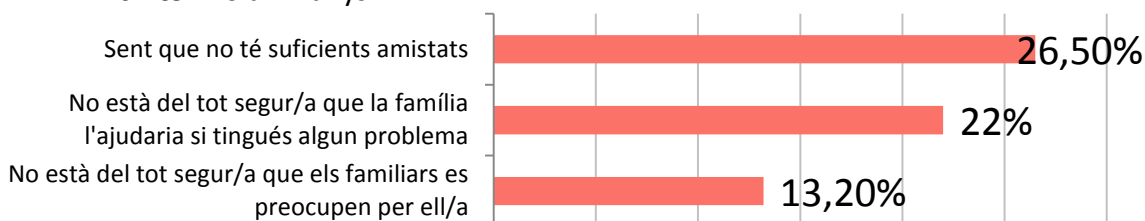
⁶ A partir de l'estratègia de soledat desenvolupada al 2018 al Regne Unit (per la Jo Cox *Commission on Loneliness*) es va elaborar una enquesta representativa de la població del país i les dades van mostrar que el 31% dels i les joves de 18 a 24 anys declaraven que se senten sovint o molt sovint sols o soles, entre que en els i les més grans de 55 anys el percentatge és del 17%.

algú de la seva família que es preocupi per ells. Així mateix, el 22% d'aquests infants tampoc creuen totalment que si tenen algun problema, la seva família els ajudaria, i el 26,5% indica que no té suficients amics o amigues (enquesta "Parlen els nens i nenes: el benestar subjectiu de la infància a Barcelona", 2016-2017). Aquests podrien ser alguns factors associats al sentiment de soledat, tot i que de manera indirecta. Pel que fa als adolescents, el 27% de l'alumnat de secundària de 13 a 19 anys indica que ha estat sol o sola (jugar sol/a, sense voler estar amb altres) de manera habitual en els darrers sis mesos (tot i que no tenen perquè sentir-se sols, aquest indicador està associat en cert grau a la soledat). Gairebé el 6% indica que no té cap bon amic o amiga i el 12,3% s'ha sentit exclòs/osa o rebutjat/ada per la resta de companys alguna vegada en els darrers 12 mesos⁷.

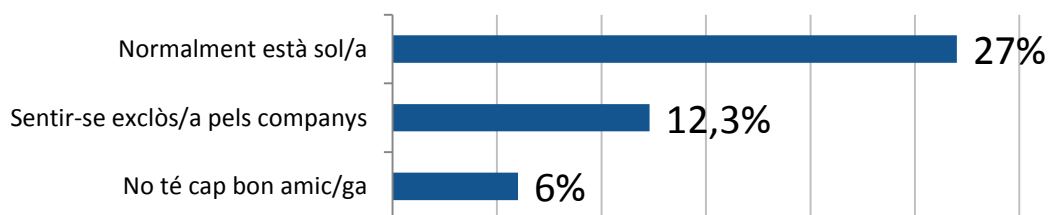
L'Ajuntament de Barcelona posa en marxa per dissenyar l'Estratègia contra la soledat de Barcelona 2020-2030

Gràfic 7 · Prevalença d'incidència d'indicadors associats a la soledat en infants i adolescents a Barcelona

Infants · 10 a 12 anys



Adolescents · 13 a 19 anys



Font: Elaboració pròpia a partir de l'enquesta "El benestar subjectiu de la infància a BCN 2018" i FRESC 2016.

⁷ Enquesta sobre factors de risc a l'escola de secundària [FRESC], 2016.

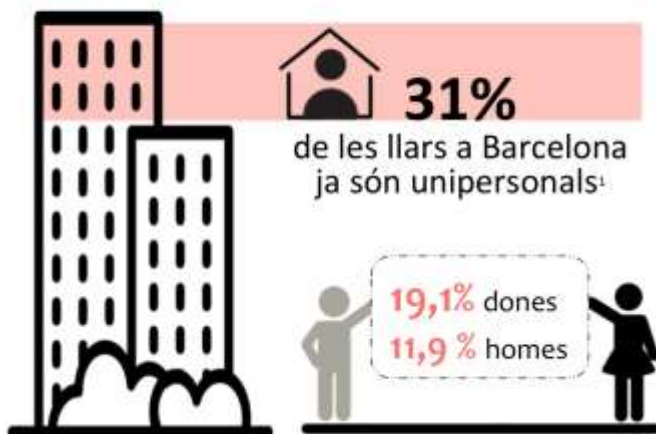
En resum, les dades disponibles mostren una fotografia parcial i limitada del fenomen de la soledat a la ciutat. Tanmateix, ja **es poden intuir alguns col·lectius especialment vulnerables, com ara les persones grans o les persones en situació de dependència funcional, però també d'altres que tradicionalment han suscitat menys atenció com ara els infants i els joves.** Davant de l'abast de les dades presentades i de les recerques internacionals, com l'Organització Mundial de la Salut (OMS), que defineix la soledat com una de les epidèmies del segle XXI, **l'Ajuntament es posa en marxa per dissenyar l'Estratègia contra la soledat de Barcelona 2020-2030.** Durant els propers mesos es treballarà col·lectivament per poder presentar a finals del 2020 el document que emmarcarà totes les mesures i actuacions d'aquesta estratègia amb l'objectiu d'oferir tots els serveis i recursos necessaris a les persones que ja se senten soles, però també per prevenir la soledat i promocionar els vincles socials.

Un dels primers reptes que té aquesta estratègia és generar més coneixement sobre l'abast de la soledat a la ciutat. Per aquest motiu s'estan incorporant diversos indicadors validats internacionalment a les principals enquestes que es realitzen periòdicament a Barcelona (Enquesta de Salut de Barcelona, Enquesta de la joventut, Enquesta FRESC, etcètera). Els resultats permetran, d'una banda, dotar d'una diagnosi rigorosa l'Estratègia contra la soledat i, de l'altra, generar contingut per al futur **Observatori de la Soledat de Barcelona**, que inclourà dades actualitzades sobre la soledat a Barcelona, a més d'altres materials d'interès per a professionals i per a tota la ciutadania.

Repte:
generar més
coneixement de
l'abast de la
soledat a la ciutat
i generar
contingut per a
l'**Observatori de
la Soledat de
Barcelona**

Annex · Resum visual de dades

Solitud · *Solitude* és estar o viure sol/a



	Evolució ²
2004	181.546
2019	205.539
	+ 13%

Perfil llars unipersonals³

- No és homogeni, cada cop més persones de més edat. En especial dones, **10,4%** són dones de +65 anys
- Majoria de llars són de persones entre 18 i 65 anys **17,4%**



Llars de persones amb dependència funcional⁴

- **25%** de persones amb dependència funcional viuen soles
- **10,6%** té un baix nivell de suport social

Soledat · *Loneliness* és el sentiment subjectiu i poc desitjat de falta de companyonia

MESURA DIRECTA

Manquen indicadors, tot i això un estudi recent⁵ estableix que en el conjunt d'Espanya **se senten soles**: el **35%** de les persones entre 20 i 39 i el **48%** en persones de 80 o més anys.

MESURA INDIRECTA (Barcelona)

Infants de 10 a 12 anys⁶

- **13,2%** no està del tot segur/a que els familiars es preocupen per ell/a.
- **26,5%** sent que no té suficients amistats



Infància

Adolescents de 13 a 19 anys⁷

- **6%** no té cap bona amistat
- **12,3%** s'ha sentit exclòs/a o rebutjat/da per la resta de companys alguna vegada en els darrers 12 mesos



Joventut

En els darrers 12 mesos:

- **25%** persones de 65 anys i més que han sentit falta de companyia⁸
- **15,1 %** persones de 65 anys i més que s'han sentit exclòs al seu entorn al menys una vegada⁸
- **62,3%** persones amb dependència funcional (majoritàriament de 55 anys i més) s'han sentit exclòs⁴

A més:

- Homes tenen menys suport social i relacional⁹



Vellesa

¹ i ³ Dades del Padró Municipal

² Departament d'Estadística i Difusió de Dades. Ajuntament de BCN

⁴ Enquesta a persones en Situació de Dependència Funcional a BCN, 2018

⁵ Fundació La Caixa. *Soledad y riesgo de aislamiento en personas mayores.*

⁶ Parlen els nens i les nenes: benestar subjectiu de la infància a Bcn, 2016-17

⁷ Enquesta sobre Factors de Risc a l'Escola de Secundària, 2016

⁸ Enquesta de Salut de Barcelona, 2016

⁹ Enquesta a persones usuàries del servei Teleassistència

Incidència de la covid-19 a Barcelona⁸

La pandèmia de la covid-19 se suma a l'epidèmia de la soledat, incrementant la soledat ja existent abans de la crisi sanitària i creant nous tipus de soledat.


Les circumstàncies actuals comporten necessàriament **canvis socials més o menys profunds i perdurables que contribueixen a incrementar el risc de soledat a la nostra ciutat entre persones de qualsevol edat i condició**, visquin o no en companyia.

Després del confinament algunes d'aquestes persones deixaran de sentir-se soles i podran recuperar les seves xarxes afectives i socials. Altres, en canvi, arrossegaran aquest sentiment durant més temps.





En aquest sentit, **la covid-19 i les seves conseqüències associades esdevenen una causa més —i molt important— de soledat que ve a sumar-se a la resta de fonts identificades** i fan més necessari que mai l'impuls de l'Estratègia municipal contra la Soledat en un nou context post covid-19.

Les persones que vivien soles consideraven que el confinament era molt o bastant dur en un 40,2%, i quasi un 5% més alt entre les persones que vivien acompanyades

Taula 3. Motius de soledat per edats durant el confinament per la covid-19

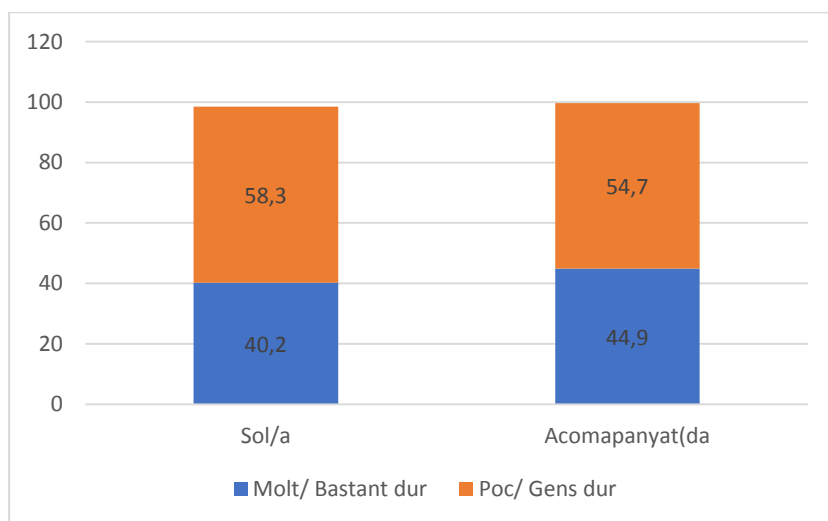
<p>Infància</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Pèrdua d'un familiar per defunció• Haver patit (més) situacions d'abús sexual i/o maltractament físic durant el confinament• Presenciar conflictes parentals• Pèrdua del contacte escolar i del ritme educatiu, i/o que se senten allunyats del seu entorn i grup d'iguals• Menys temps amb el pare i/o mare que han de treballar més hores (per recuperar hores de confinament)• Menys activitats extraescolars o de lleure per l'empitjorament de la situació econòmica de la llar.
---	--

⁸ Text extret del document: *Estratègia municipal contra la SOLEDAT 2020-2030: Més enllà de la pandèmia per la covid-19*. Maig 2020

<p>Adolescents i joves</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Augment del conflicte amb mares o pares arran del confinament • Pèrdua del contacte amb amistats • Pèrdua d'un familiar o amiat per defunció • Precarització de les condicions laborals • Pèrdua de la feina que pot canviar expectatives d'emancipació o de maternitat/ paternitat • Pèrdua d'oportunitats per estudiar allò que es volia • Augment de conflictes amb la parella, convisquin o no.
<p>Persones adultes</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Pèrdua de la feina amb increment de la incertesa per pagar habitatge i altres despeses • Precarització de les condicions laborals • Pèrdua de la parella per defunció o separació. Pèrdua de familiars per defunció • Increment del conflicte intrafamiliar • Estrès entre els i les professionals dels serveis essencials.
<p>Persones grans</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Pèrdua de parella per defunció • Pèrdua d'amistats • Tancament de serveis i espais que permetien la relació i l'activitat física i mental.
<p>Persones amb discapacitat</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Pèrdua (per tancament) del centre ocupacional de referència al qual assistien • Pèrdua del familiar cuidador (pare, mare, germà, germana...) • Vulnerabilitat econòmica que dificulta poder rebre tota l'assistència que necessiten, amb repercussió negativa en el seu grau de vida independent.

Segons l'Enquesta COVID-19 a Barcelona, en la seva presentació de resultats del 6 al 16 d'abril de 2020, **les persones que vivien soles consideraven que el confinament era molt o bastant dur en un 40,2%, mentre les persones que vivien acompanyades era quasi 5% més alt.** El fet de viure sol o sola en un habitatge no fa que el confinament sigui més dur sinó més aviat el contrari tot i que socialment es considera el contrari.

Gràfic 8. Soledat durant el confinament en llars unipersonals i multipersonals



Font: Elaboració pròpia segons l'Enquesta COVID-19 a Barcelona. Presentació de Resultats Del 6 al 16 d'abril de 2020. Departament d'Estudis d'Opinió. Oficina Municipal de dades.

Segons la mateixa enquesta, les relacions amb el veïnat han millorat durant el confinament. Les visites de familiars i amistats sembla s'han reduït ben poc, i només suposen un 3,3% menys des de l'inici del confinament.

Taula. 4. Relacions socials durant el confinament a Barcelona

[P20] VOSTÈ DIRIA QUE EN AQUESTS DIES...

[P20.1] LES RELACIONS AMB EL VEÏNAT SÓN BONES

	11/04	13/04	14/04	15/04	16/04
SÍ	87,3	88,7	89,9	89,1	88,7
NO	5,4	4,8	4,2	4,8	4,7
NS/NC	7,3	6,5	5,9	6,0	6,6
N	(906)	(906)	(906)	(907)	(907)

[P20.1]

TÉ CONTACTE REGULAR AMB FAMILIARS O AMISTATS

	11/04	13/04	14/04	15/04	16/04
SÍ	94,9	94,0	93,7	92,2	91,6
NO	5,1	6,0	6,3	7,8	8,4
NS/NC	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
N	(906)	(906)	(906)	(907)	(907)

Font: Elaboració pròpia segons l'Enquesta COVID-19 a Barcelona. Presentació de Resultats Del 6 al 16 d'abril de 2020. Departament d'Estudis d'Opinió. Oficina Municipal de dades.

Selecció de bones pràctiques i soledat de l'Ajuntament de Barcelona

D'entre els projectes municipals que contribueixen a combatre la soledat i que estan en funcionament actualment a la ciutat de Barcelona s'han seleccionat els següents:

Nom del projecte		Vincles BCN
Descripció	Servei que combat la solitud no volguda reforçant les relacions socials de les persones grans que se senten soles i millorant-ne el benestar mitjançant les noves tecnologies. En marxa des del 2017, l'adaptació de la tecnologia a les necessitats de les persones usuàries i la redefinició de VinclesBCN per centrar-lo en la persona i en la seva implicació en la xarxa comunitària han estat clau en l'evolució i la consolidació d'aquest servei innovador, que continua evolucionant cada dia per adaptar-se als avenços tecnològics i a les necessitats canviants de les persones usuàries.	
Gerències responsables	Gerència d'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI	
Àmbit	Ciutat	
Públic destinatari i col·lectiu	Persones grans	

Nom del projecte Radars	
Descripció	Xarxa de prevenció i acció comunitària que té com a objectiu reduir el risc d'aïllament i d'exclusió social de les persones grans. La pràctica facilita que les persones grans que viuen soles o acompanyades d'altres persones grans puguin continuar a la seva llar amb la complicitat del seu entorn. El projecte ajuda a detectar, valorar i fer el seguiment de la situació de les persones grans del barri.
Gerències responsables	Gerència d'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI
Àmbit	Ciutat
Públic destinatari i col·lectiu	Persones grans

Nom del projecte Barcelona Ciutat Refugi	
Descripció	Programa que vol preparar la ciutat per acollir i garantir els drets de les persones refugiades.
Gerències responsables	Gerència d'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI
Àmbit	Ciutat
Públic destinatari i col·lectiu	Públic en general i persones migrades

Nom del projecte Servei per a Adolescents i Famílies (SAIF) i Aquí T'Escoltem	
Descripció	El SAIF promou accions formatives i d'acompanyament d'habilitats parentals per fomentar el benestar emocional dels i les adolescents i els seus nuclis de convivència familiars. Aquí T'Escoltem és un servei d'atenció individual i especialitzat amb activitats grupals, tallers i espais de reflexió, on els i les adolescents poden parlar de sentiments i emocions, on resoldre conflictes, i treballar l'autoestima, el respecte, l'assertivitat...
Gerències responsables	Gerència d'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI
Àmbit	Ciutat
Públic destinatari i col·lectiu	Adolescents i persones adultes

Nom del projecte Servei de Teleassistència	
Descripció	Instal·lació d'un aparell molt senzill a l'habitatge de l'usuari, connectat mitjançant la línia telefònica a una central receptora, amb la qual es pot comunicar en cas d'urgència simplement prement un botó.
Gerències responsables	Gerència d'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI
Àmbit	Ciutat
Públic destinatari i col·lectiu	Persones grans

Nom del projecte Obrim els carrers	
Descripció	El primer cap de setmana de cada mes, s'obren alguns carrers per poder passeja amb la família o amics, participar de les activitats o, simplement, gaudir d'un carrer lliure de cotxes, fums i contaminació.
Gerències responsables	Gerència d'Àrea d'Ecologia Urbana
Àmbit	Ciutat
Públic destinatari i col·lectiu	Públic en general

Nom del projecte Banc del Temps	
Descripció	Intercanvi de temps entre les persones que ajuda a resoldre problemes de la vida quotidiana.
Gerències responsables	Gerència d'Àrea d'Economia i Recursos i Promoció Econòmica
Àmbit	Ciutat o districte
Públic destinatari i col·lectiu	Públic en general

Programa de suport a les comunitats de veïns i veïnes	
Nom del projecte	
Descripció	Té per objectiu potenciar i consolidar comunitats de veïns i veïnes i capacitar-les per gestionar els afers col·lectius mitjançant processos d'acompanyament i assessorament.
Gerències responsables	Gerència d'Àrea de Seguretat i Prevenció Gerència d'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI
Àmbit	Ciutat
Públic destinatari i col·lectiu	Públic en general

Serveis de monitors per alumnes amb discapacitat física	
Nom del projecte	
Descripció	La possibilitat de participació i d'accés dels alumnes amb discapacitat física a les diferents activitats escolars no està tant en funció de les característiques de la seva discapacitat com en l'existència o no a l'escola de barreres al seu aprenentatge, socialització i participació.
Gerències responsables	Gerència d'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI
Àmbit	Ciutat
Públic destinatari i col·lectiu	Infants i Adolescents Diversitat funcional

Bicis sense edat	
Nom del projecte	
Descripció	Programa de voluntariat que vol retornar la capacitat d'anar amb bicicleta i sentir el vent en la cara, a les persones que ja no poden fer-ho per elles mateixes.
Gerències responsables	Gerència d'Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI
Àmbit	Ciutat
Públic destinatari i col·lectiu	Persones grans Diversitat funcional

La Soledat a Europa



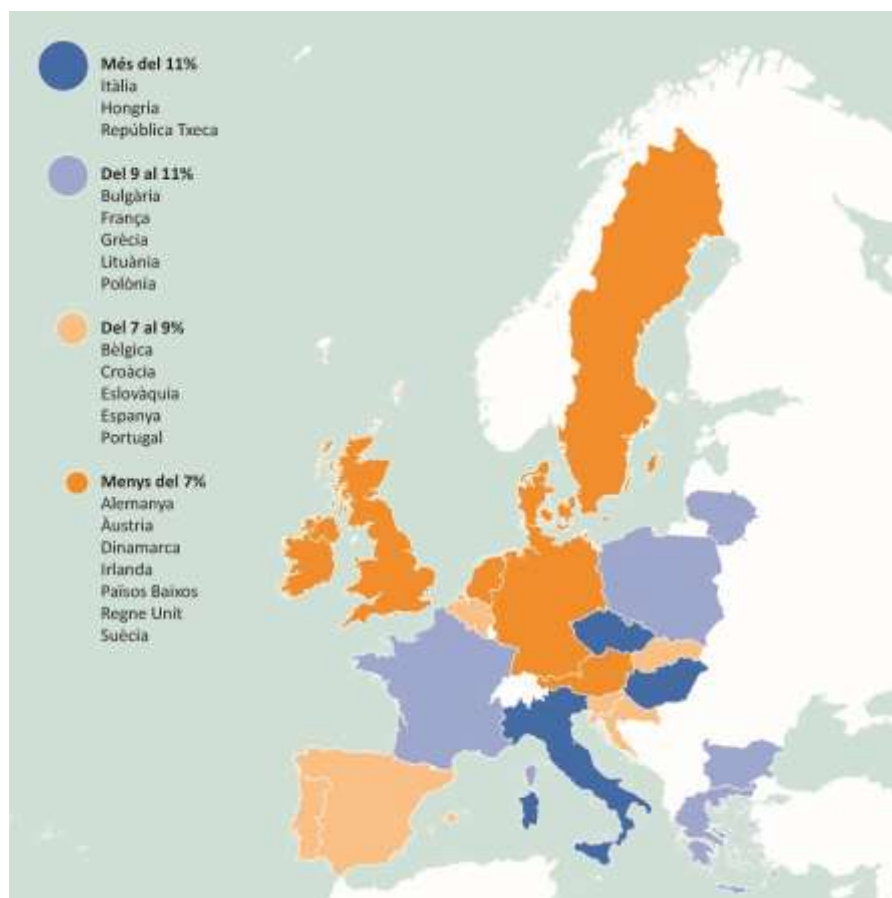
Diagnosi: la soledat a Europa

Obtenir dades sobre soledat, no és gens fàcil com ja s'apuntava en l'estudi de Barcelona. En el cas d'Europa, tenim:

- Fonts directes, a partir d'enquestes i preguntant a les persones sobre si algun cop al llarg de la seva vida s'han sentit soles. Es tracta de les realitzades per l'*European Social Survey* i l'estudi de la BBC Radio 4 i diverses universitats angleses que té vocació d'abast mundial.
- Fonts indirectes. En el cas d'Europa les dades publicades a l'Eurostat contenen la següent informació: "Llars unipersonals", "Persones que no tenen ningú amb qui parlar d'assumptes personals" i "Persones que no tenen ningú a qui demanar ajuda".

Per tant podem saber qui viu sol o sola a Europa i quines relacions socials tenen les persones a Europa però sols gràcies a les enquestes tindrem dades sobre la soledat. Cal distingir entre viure sol o sola, patir manca de relacions socials i sentir soledat.

Mapa 1: Prevalença de soledat freqüent a Europa



Font: European Social Survey (2010, 2012 i 2014).

El cas del Regne Unit

El gener de 2018, després de la presentació del treball realitzat per la Comissió Jo Cox sobre soledat, i govern es va comprometre a implementar una estratègia contra la soledat i la creació del **Ministeri de la Soledat, una iniciativa pionera a Europa i al món**. Aquest Ministeri es va donar amb un pressupost de 20 milions de lliures esterlines de finançament per al primer any de funcionament.

Segons el document *A connected society A strategy for tackling loneliness – laying the foundations for change*⁹ el gran repte de la societat britànica és per un costat l'envelliment de la població i per l'altre la prevenció de la mala salut. L'aposta per treballar la soledat dona resposta a tots dos.

Una de les claus per atacar aquest problema és l'enfortiment de les relacions socials, en què famílies, amistats i comunitats es donen suport mútuament, especialment en circumstàncies vulnerables en què les persones estan en major risc de soledat. Un dels elements que cal tenir en compte és reconèixer i actuar contra la soledat sense estigma o vergonya.

Alguns dels motius que s'assenyalen com a causes de l'augment de la soledat són:

- Les persones viuen més anys, encara que això no significa que tinguin millor qualitat de vida.
- Moltes feines s'estan tornant més solitàries, podem treballar, comprar, viatjar o interactuar amb empreses i institucions sense contacte humà gràcies a les tecnologies

La soledat no és una situació nova però cada vegada més la reconeixem com un dels problemes de salut pública más urgents.

S'estima que entre el 5% i el 18% de les persones adultes del Regne Unit senten soledat sovint o sempre.

La soledat no és
una situació nova
però a cada
vegada més la
reconeixem com
un dels **problemes
de salut pública
más urgents**

⁹ A connected society A strategy for tackling loneliness – laying the foundations for change. Londres: Department for Digital, Culture, Media and Sport, 2018

Viure sol o sola a Europa

En l'àmbit europeu, a trets generals, el que es pot veure inicialment és una similitud amb les dinàmiques poblacionals que s'estan produint a la ciutat de Barcelona, amb un increment any rere any del nombre de persones adultes que viuen en llars unipersonals, fins a arribar al 34% l'any 2019.

En aquest cas, és important tenir en compte que referir-se a Europa com un actor homogeni és una generalització molt arriscada. Per tant, per poder agrupar de manera més específica els països que en formen part, s'han classificat en quatre regions diferents: Europa del Nord, Europa Occidental, Europa de l'Est i Europa del Sud.¹⁰

Taula 5. Llars unipersonals a Europa.

ÀREES GEOGRÀFIQUES UNIÓ EUROPEA	EUROPA DEL NORD	EUROPA OCCIDENTAL	EUROPA DE L'EST	EUROPA DEL SUD
	Dinamarca 43%	Àustria 37%	Bulgària 32%	Xipre 25%
	Finlàndia 43%	Luxemburg 35%	República Txeca 32%	Grècia 34%
	Irlanda 27%	Bèlgica 31%	Romania 30%	Itàlia 34%
	Suècia 57%	França 36%	Estònia 43%	Portugal 23%
	Regne Unit 32%	Alemanya 42%	Hongria 32%	Espanya 26%
		Països Baixos 38%	Lituània 38%	Croàcia 23%
			Polònia 24%	Malta 26%
			Eslovènia 36%	

¹⁰ Joint Search Center. *Loneliness: an unequally shared burden in Europe*. Bruselles: European Commission, 2018. Accessible a: https://ec.europa.eu/jrc/sites/jrcsh/files/fairness_pb2018_loneliness_jrc_i1.pdf

			Eslovàquia 23%	
			Letònia 39%	
MITJANA ÀREES GEOGRÀFIQUES UNIÓ EUROPEA	40%	37%	33%	27%

Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes Eurostat

Els països que tenen nivells més elevats de població adulta que viuen en llars unipersonals són els de l'Europa del Nord, un 40% de mitjana, i molt especialment els països escandinaus. **El país europeu amb més llars unipersonals és Suècia on fins al 57% de la població viu sol o sola.**

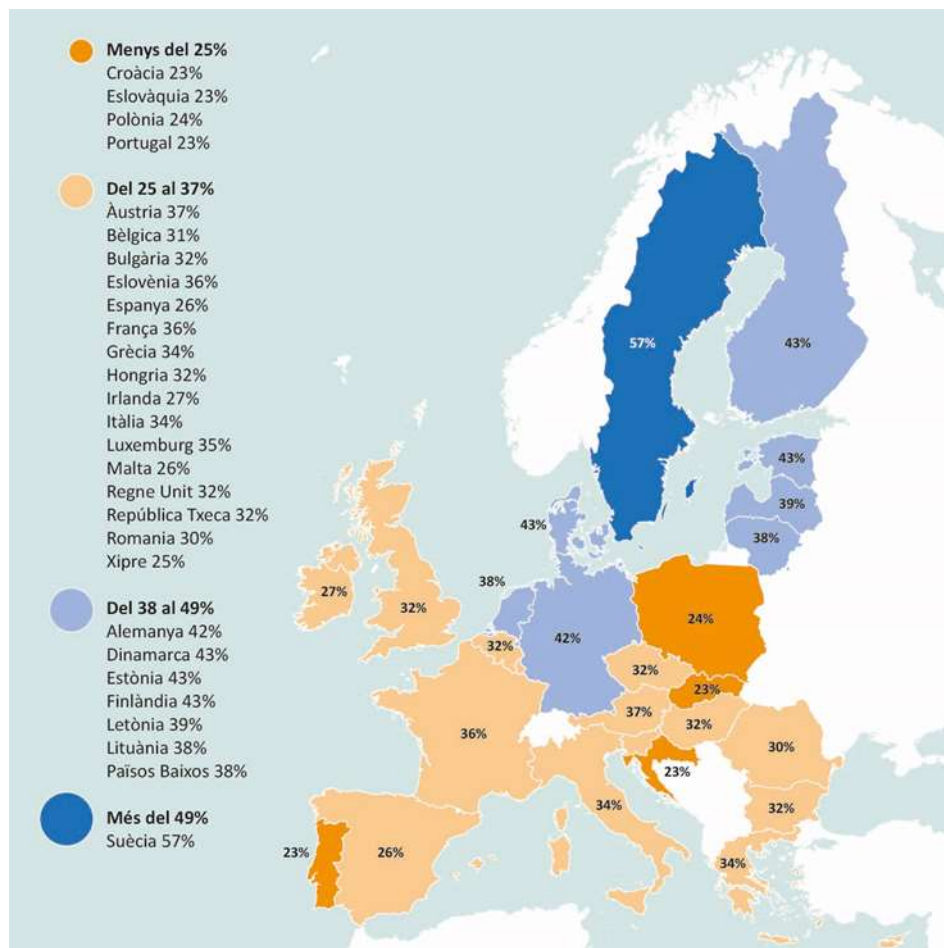
Tot seguit, amb una mitjana de 37% de llars unipersonals es troben els països de l'Europa Occidental, entre els quals destaca Alemanya amb un 42% de població adulta que viu sola.

Als països de l'Europa de l'Est, hi ha una gran diversitat entre països: Estònia (43%) i Letònia (39%) estan a la franja alta, mentre Eslovàquia (23%) està més propera als països del sud.

Finalment, d'entre els països que tenen nivells més baixos de llars unipersonals trobem els que es troben a l'Europa del Sud amb Portugal al capdavant amb un 23% de Població, seguit d'Espanya amb un 26%.

El país europeu
amb més llars
unipersonals és
**Suècia on fins al
57% de la població
viu sol o sola**

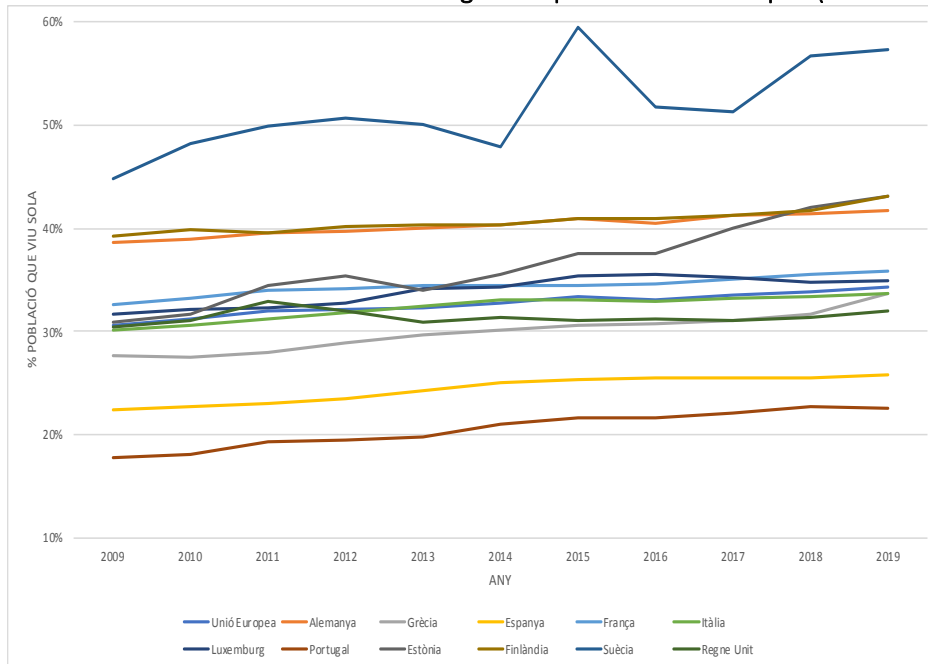
Mapa 2: Proporció de població adulta que viu sola en els països de la Unió Europea, 2019



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes Eurostat

Però això no sempre ha estat així, per tal de poder veure l'evolució de les llars unipersonals a la Unió Europea entre el 2009 i el 2019 hem seleccionat països que representen les diferents situacions d'habitatges unipersonals a Europa i per altra banda, alguns països que tenen característiques socials, econòmiques i culturals molt similars a les d'Espanya.

Gràfic 9: Evolució nombre d'habitatges unipersonals a Europa (2009-2019)



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes d'Eurostat

Per norma general, la tendència és de creixement del nombre de persones adultes que viuen soles, sobretot en països com Suècia, Estònia, Grècia i Portugal. També amb una tendència a l'alça, però de manera més moderada, es troben països com Espanya, Itàlia, França, Finlàndia i Alemanya. Finalment, hi ha un cas, Luxemburg, on es pot veure que en els últims dos anys, ha disminuït aquest percentatge.

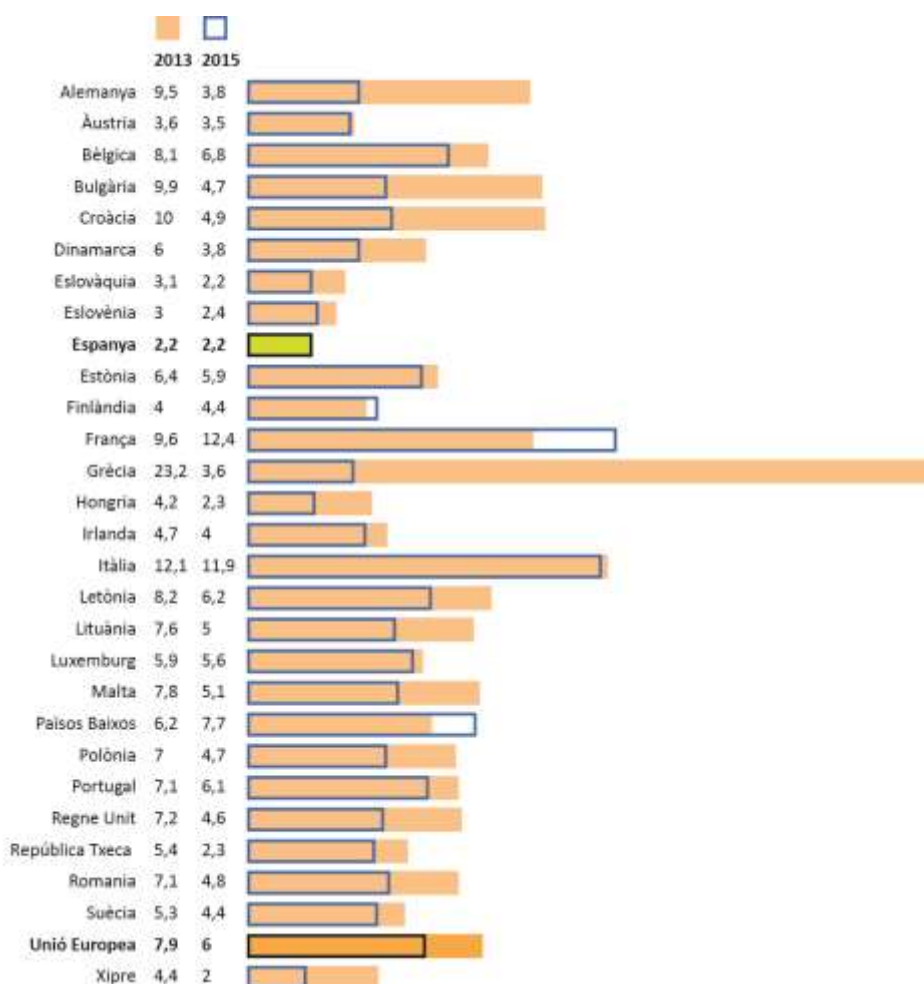
Cal distingir entre viure sol o sola, patir manca de relacions socials i sentir soledat.

Relacions socials a Europa

En aquest cas s'han utilitzat les dades publicades a l'Eurostat que contenen la següent informació: "Persones que no tenen ningú amb qui parlar d'assumptes personals" i "Persones que no tenen ningú a qui demanar ajuda"

Segons les dades extretes de l'Eurostat, veiem que el 6% de la població europea, es trobava en alguna d'aquestes dues situacions el 2015. En termes absoluts, això es tradueix que el 2015 a Europa hi havia 30 milions de persones que no tenien ningú amb qui parlar o qui demanar ajuda. Tot i això, la tendència general és la disminució en el percentatge d'aquestes persones.

Gràfic 10: Percentatge de població a la Unió Europea que no té ningú amb qui parlar d'assumptes personals (2013-2015).



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes d'Eurostat

El 2015 a Europa hi havia 30 milions de persones que no tenien ningú amb qui parlar o a qui demanar ajuda

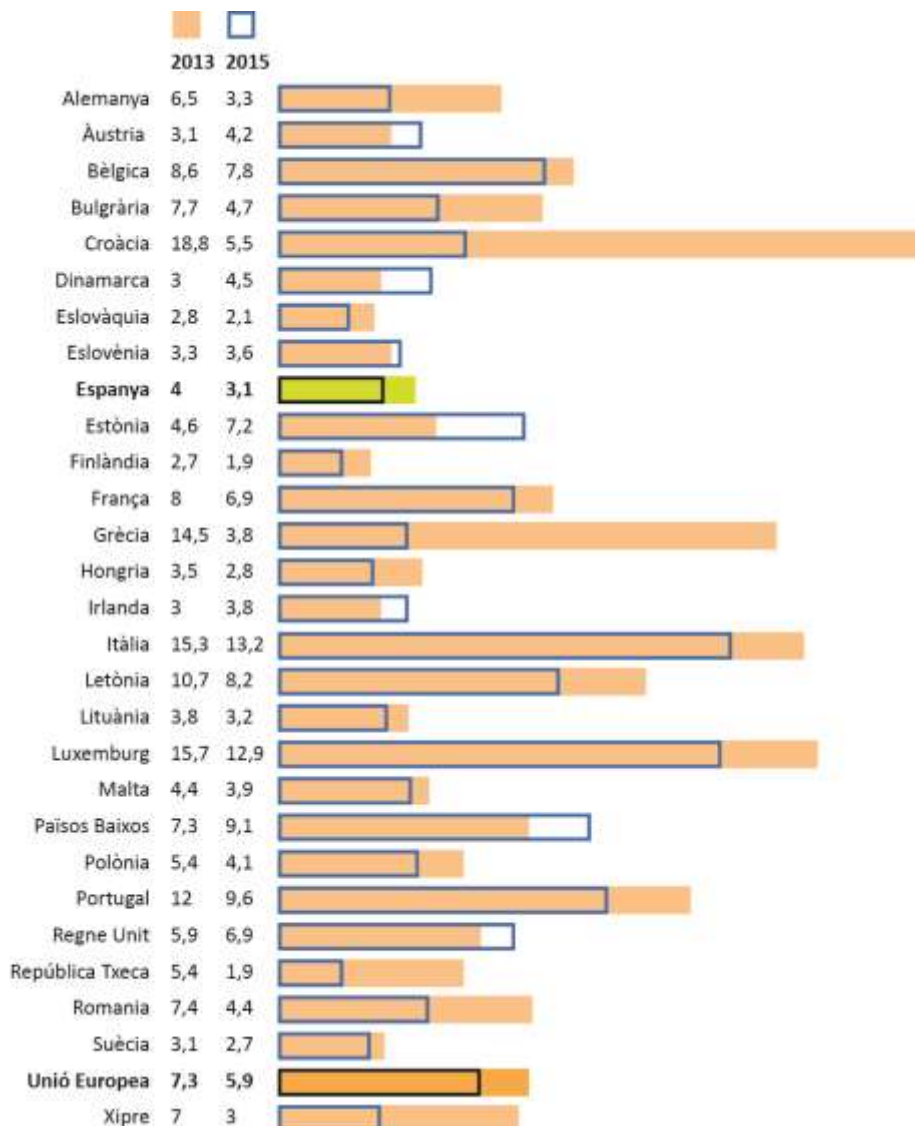
En el recull de dades on es valorava el nivell d'aïllament social de la població, destaquem els canvis en positiu:

- Grècia: en dos anys van passar d'un 23,2% el 2013 a un 3,6% el 2015 de persones amb poques o nul·les interaccions socials.
- Alemanya, va passar de 9,5% a un 3,8%,
- Regne Unit va reduir fins un 2,6% de persones amb poques o nul·les interaccions socials.
- Bulgària va disminuir un 5,2%.

En clau negativa, Itàlia (11,9%) i França (12,4%) es mantenen en una situació preocupant, bàsicament perquè són els països amb nivells més alts d'aïllament a l'hora de parlar amb algú, de manera que **doblen la mitjana d'Europa**, que és del 6%.

Finalment, alguns dels països que tenen nivells més baixos d'aïllament social són: Espanya (2,2%), Xipre (2%), Txèquia (2,3%), Eslovàquia (2,2%), Eslovènia (2,4%) i Hongria (2,3%).

Gràfic 11: Percentatge de població de la Unió Europea que no té ningú a qui demanar ajuda (2013-2015)



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes d'Eurostat

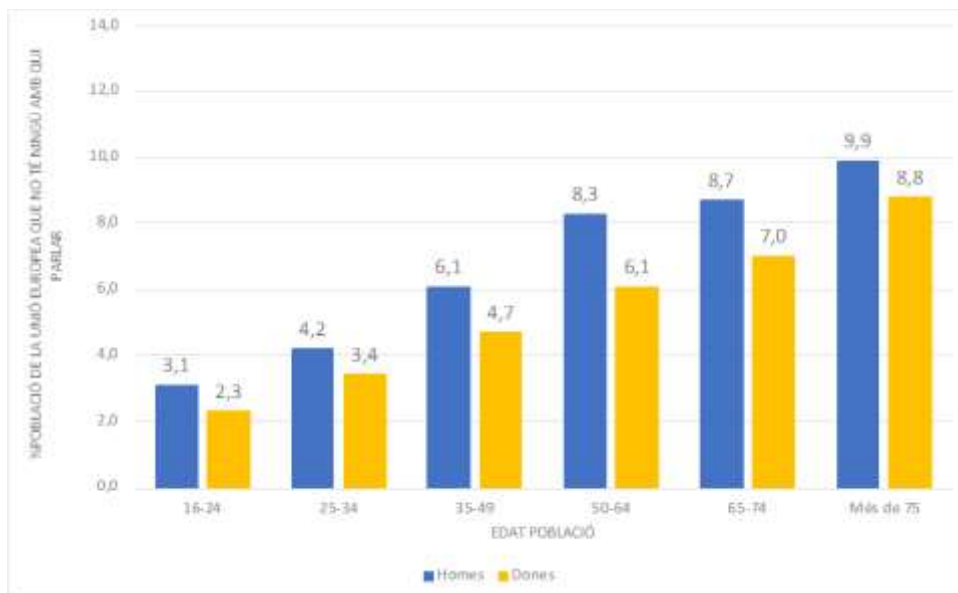
El gràfic mostra el nombre de persones que no té ningú a qui demanar ajuda. En aquest cas no hi ha una tendència única, sinó moltes diferències entre països, per exemple:

- A Croàcia i a Grècia, el nombre de persones que no tenen ningú a qui demanar ajuda ha baixat considerablement.
- Als Països Baixos, Regne Unit, Estònia o Dinamarca el percentatge de persones en aquesta situació ha augmentat entre el 2013 i el 2015.

Els països amb dades més negatives el 2015 en l'àmbit europeu són Itàlia (13,2%) i Luxemburg (12,9%), que tenen els nivells més alts de població que no té ningú a qui demanar ajuda a nivell europeu.

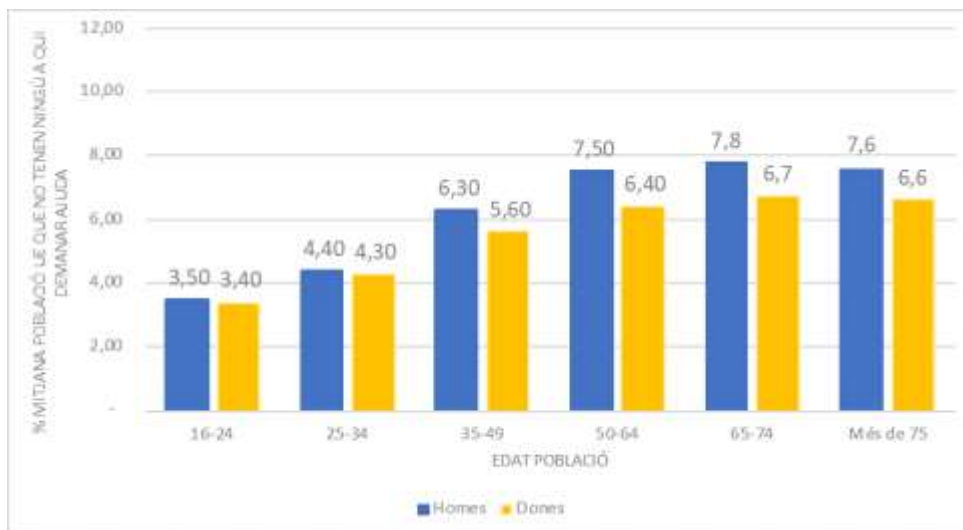
A nivell europeu, Itàlia i Luxemburg tenen els nivells més alts de població que no té ningú a qui demanar ajuda

Gràfic 12: Percentatge de la mitjana poblacional de països de la Unió Europea que no té ningú amb qui parlar d'assumptes personals segons edat i gènere, 2015.



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes d'Eurostat

Gràfic 13: Percentatge de la mitjana poblacional de països de la Unió Europea que no té ningú a qui demanar ajuda segons, edat i gènere 2015.



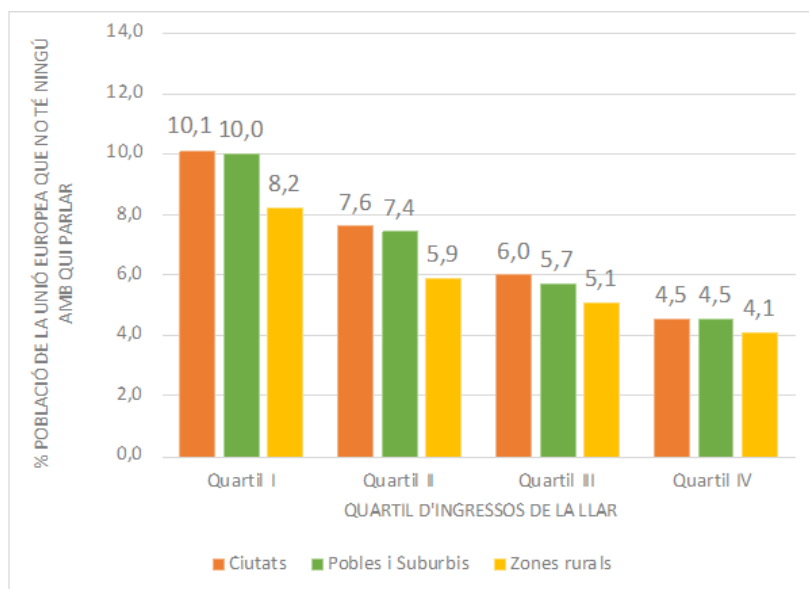
Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes d'Eurostat

En totes les franges d'edat són els homes els que tenen menys xarxa social

Si analitzem les dades per franges d'edat i gènere queda clar que les persones més joves tenen més xarxa social i/o emocional que les més grans, segurament pel fet que estan més escolaritzades, tenen feina o surten més amb família i amigats, però això no vol dir que no se sentin soles, com es veurà més endavant.

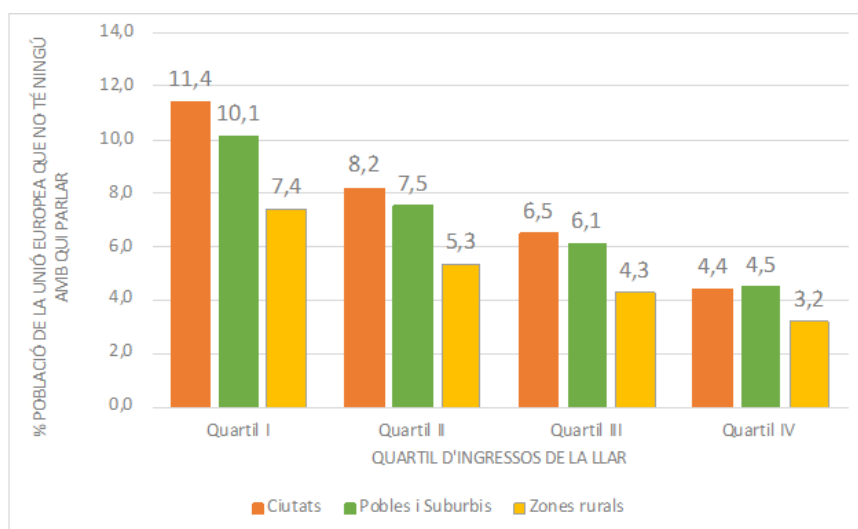
Per gèneres, en totes franges les d'edats els homes són els que tenen menys persones amb qui parlar o a qui demanar ajuda.

Gràfic 14: Percentatge de la mitjana poblacional de països de la Unió Europea que no té ningú amb qui parlar d'assumptes personals segons quartil d'ingressos i tipus de població en la qual habita, 2015.



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes d'Eurostat

Gràfic 15: Percentatge de la mitjana poblacional de països de la Unió Europea que no té ningú a qui demanar ajuda segons, quartil d'ingressos de la llar i tipus de població en la qual habita, 2015.



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades extretes d'Eurostat

Finalment, cal destacar que la cara més vulnerable en termes de no tenir ningú amb qui poder parlar o a qui demanar ajuda són les **persones amb el nivell d'ingressos de la llar més baixos** i que viuen a les zones més urbanitzades, però

Les persones que viuen en ciutats i tenen menys nivell d'ingressos són les que tenen menys persones amb qui parlar o a qui demanar ajuda

especialment a les ciutats, les quals suposen l'11,4% de la població de la Unió Europea.

Conclusions

En temes de soledat, hi ha diversos factors que influeixen i incrementen la possibilitat que una persona se senti sola, però cal destacar que aquests no són factors universals. D'entre dues persones amb situacions personals molt similars en nombre i tipus de relacions, l'una es pot sentir sola i altra, no.

Així i tot, podem dir que la mala salut, les circumstàncies econòmiques desfavorables i viure sol o sola s'associen amb majors taxes de soledat.

La soledat afecta a tots els grups d'edat, però les persones grans, tot i estar socialment més aïllades que altres grups d'edat, no tenen majors índexs de soledat.¹¹ Gràcies a estudis com el *BBC Loneliness Experiment*¹² es desmenteix aquest mite, demostrant que són **les persones joves i les adultes les que es veuen més afectades per la soledat**.

És cert que les persones que no tenen ningú amb qui comentar aspectes personals són el grup d'edat més elevat, però d'altra banda, es pot veure que el nombre més gran de persones que no tenen ningú a qui demanar ajuda són les persones que tenen entre 50-64 anys.

Tant l'estudi de la BBC, a escala mundial, com l'*European Social Survey* a escala europea, quan es preguntava directament a les persones si se sentien soles, la conclusió és que **les persones que se senten soles més sovint són els adolescents i joves d'entre 18 i 24 anys**.

Anteriorment hem vist que els **homes, en totes les franges d'edat**, són el grup que contesta majoritàriament que no té persones a qui demanar ajuda o amb qui parlar de temes personals. Els homes solen tenir una vida social menys activa, i això provoca que la seva xarxa relacional sigui més petita¹³.

Al voltant de **30 milions de persones adultes a Europa se senten sovint soles**

Les persones que **més se senten soles** són **adolescents i joves entre 18 i 24 anys**, així com **els homes**

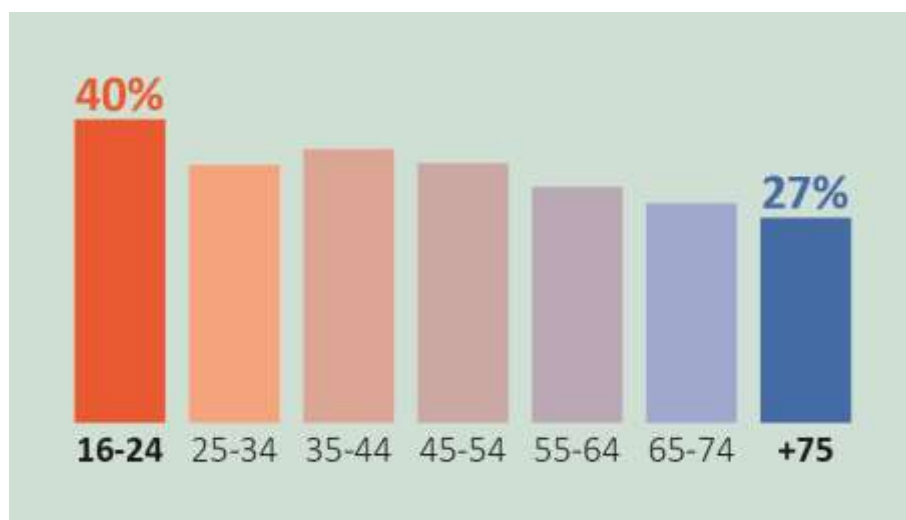
¹¹Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2020). Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 110066.

¹² *BBC Loneliness Experiment*.

<<https://www.seed.manchester.ac.uk/education/research/impact/bbc-loneliness-experiment/>>

¹³ Okun, M. A., & Keith, V. M. (1998). Effects of positive and negative social exchanges with various sources on depressive symptoms in younger and older adults. *The J. of Geront.: Series B*, 53B, 4–20.

Gràfic 16. Persones que se senten soles sovint o molt sovint per edats



Font: Elaboració pròpia a partir de les dades de l'estudi de la BBC¹⁴

A més, la masculinitat normativa no permet que els homes puguin expressar fàcilment i de manera oberta els seus sentiments, inclosos els de soledat.¹⁵

Això no obstant, és important destacar que les dones en edat més elevada són les que acaben patint més soledat, ja que, en tenir una esperança de vida més elevada, van perdent progressivament les persones del seu entorn.¹⁶

Per tant, l'anàlisi de les dades d'origen indirecta i directa conclou que la soledat serà un problema en augment en la societat europea. En el moment de la recollida de dades, la població jove i adulta parteix d'uns nivells d'aïllament social molt elevats, en una època vital caracteritzada per ser una de les més actives socialment, tant per temes laborals com familiars. Per tant, podem concloure que aquestes poblacions (jove i adulta) tenen moltes probabilitats de patir greus problemes d'aïllament social quan es facin més grans, en especial els homes.¹⁷

¹⁴ Hammond, Claudia. Who feels lonely: the results of the world's largest loneliness study. Accessible a: <https://www.bbc.co.uk/programmes/articles/2yzhfv4DvqVp5nZyxBD8G23/who-feels-lonely-the-results-of-the-world-s-largest-loneliness-study>

¹⁵ Núñez, M. T. S., Fernández-Berrocal, P., Rodríguez, J. M., & Postigo, J. M. L. (2008). ¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones. *Electronic journal of research in educational Psychology*, 6(2), 455-474

¹⁶ Beal, C. (2006). Loneliness in older women: a review of the literature. *Issues in mental health nursing*, 27(7), 795-813.

¹⁷ Yanguas, Javier, Amaya Cilveti y Cristina Segura. ¿A quiénes afecta la soledad y el aislamiento social?. Barcelona: Fundació la Caixa: 2019

Sentir soledat pot estar relacionat amb morts prematures; pot produir els mateixos efectes nocius sobre la salut que el tabac o l'obesitat; pot augmentar el risc de patir malalties coronàries i accidents cardiovasculars, depressió, deteriorament cognitiu i Alzheimer. Està demostrat que la soledat i l'aïllament social estan directament correlacionats amb els sentiments de vulnerabilitat i d'amenaça, i també amb els nivells d'ansietat, per tant **la soledat també és un problema de salut física i mental.**

D'altra banda, el Joint Research Center de la Comissió Europea, està estudiant com la **soledat podria afectar negativament a la cohesió social**. La manca de relació entre persones veïnes i altres relacions personals, els sentiments d'amenaça i vulnerabilitat, i la manca de confiança no ajuden a crear una societat cohesionada. Segons *l'Equality Trust*¹⁸ la desigualtat, la baixa salut física i mental i la cohesió social estan estretament lligades.

¹⁸ Equality Trust. Més informació: <https://www.equalitytrust.org.uk/resource/research-update-anticipated-loneliness-and-intelligent-thought>